

令和6年度 シニアスポーツ振興事業 実施日程一覧(予定) 令和6年4月4日現在

	実施団体	月日	時間	会場	実施内容：対象者	著名講師・特別講師
1	ラジオ体操会	9/6(金)	9:30 ～ 11:30	東村山市民 スポーツセンター 第1体育室	60周年応援サポーターとなる。 東村山市スポーツ協会加盟団体の日々の練習や大会において準備体操として効果的なラジオ体操を実施できるように支援する。	元NHKラジオ体操 指導員 長野信一氏 同アシスタント 田村恵美氏
2	武術太極拳	6/22(土)	11:40 ～ 16:30	東村山市民 スポーツセンター 第2体育室	①日々の生活の中に薬膳と太極拳を取り入れることで身体の養生に繋がることを学ぶ。 ②太極拳愛好者のレベルアップ ③初心者の興味・関心アップ ④参加者の交流を図る。	(公社)日本武術太極拳連 盟講師 A級指導員、 太極拳1級審判員 中央大学クレセントアカ デミー講師 潮田さえ子氏
3	スポーツ ウエルネス 吹矢	① 7/10(水) ② 8/14(水) ③ 9/11(水) ④ 10/9(水) ⑤ 11/13(水) ⑥ 12/11(水)	9:00 ～ 11:20	東村山市民 スポーツセンター 第一体育室	1. 日本スポーツウエルネス吹矢協会のA級ライセンス保持者による講和 2. 合同練習 3. 競技会形式で6ラウンド採点 4. 初心者に対して特別指導	(一社)日本スポーツウエル ネス吹矢協会 A級ライセンス、 上級公認指導員、 東京都支部審判部長、 多摩地区推進副部長、 令和5年度 ねんりんピック優勝者
4	講演会	5/31(金)	10:00 ～ 12:30	東村山市民 スポーツセンター 大会講室	「食べて勝つ」シリーズ 第6弾 ”災害時の避難所・自宅での食事” 知識は命を守ります。	駒沢女子大学教授 緑風荘病院 東京都栄養士会長 西村一弘 先生